



ORF extra

Bärlauchpesto (Kräuterpesto)

Generell hält sich eine Paste mit Ölabschluss bis zur nächsten Ernte – vorausgesetzt, man entnimmt die Paste stets mit einem sauberen Löffel, lagert das Glas kühl und achtet darauf, dass die Paste immer mit Öl bedeckt ist!

Zutaten:

2 Handvoll Bärlauchblätter (oder andere beliebige Kräuter wie Basilikum, Petersilie, Vogelmiere, Vogerlsalat, Brennnessel, etc...)

100 – 130 ml Öl (Sonnenblumenöl, Rapsöl, ...)

½ TL Salz

Öl zum Abdecken

Zubereitung:

-) Die Bärlauchblätter grob hacken und am besten mit einem Pürrierstab zerkleinern, währenddessen Öl sowie Salz nach und nach dazugeben. (Es sollte eine breiige Masse entstehen.)

-) In Gläser füllen und dabei drauf achten, dass sich keine Luftblasen bilden. Dafür am besten mit einem Löffel gut festdrücken und dann etwa fingerbreit mit Öl abdecken. Gut verschließen.

In kleine, dekorative Gläser abgefüllt eignet sich Bärlauchpaste ideal als nettes Mitbringsel.

Verwendung:

Elisabeth Lust-Sauberer verwendet die Paste gerne zum Würzen und Abschmecken von Aufstrichen, Saucen, Suppen, Marinaden und Nudeln oder als Garnitur zu Salaten oder frischem Schafskäse.